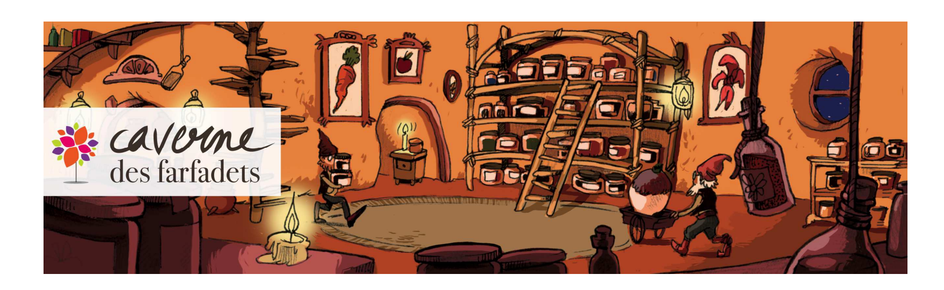


Explications du petit Farfadet

Gelées et confitures

A utiliser non seulement comme une confiture, sur du pain ou une biscotte mais elles méritent d'être mises en valeur compte tenu de leurs arômes recherchés et intenses : elles trouveront leur place dans une pâtisserie (en nappage, gâteau roulé à la confiture…) ou sur un dessert (crème, salade de fruits, crêpe) pour les mettre en valeur, tant par la couleur que les arômes.

Plantes pour infusion conservées fraîches au miel

Reine des prés, sapin, origan, rose, menthe… : Technique originale permettant de conserver les saveurs et propriétés des plantes fraiches ! Tisanes en infusion, bien sûr, mais aussi pour infuser dans du lait ou de la crème avant de les intégrer dans vos recettes habituelles : riz au lait et divers pudding, crème caramel, crème aux œufs, crème brulée, crème pâtissière, ganache de chocolat, glace, béchamel, milk-shake ou lait de poule, pancake et autres pâtes à pain et brioche intégrant du lait, etc.

Coulis

Pour sucrer, aromatiser délicatement et colorer d'une touche sauvage vos desserts : compotes, yaourts, crèmes, glaces, flans… Existent en version orties et coquelicot.

Fines herbes sauvages (sel et huile)

Il s'agit d'une conserve traditionnelle au sel et à l'huile, sans cuisson, préservant ainsi toutes les saveurs de la plante fraîche. A ne pas utiliser pur car trop fort et salé. Excellente base de sauces, de vinaigrettes, de marinades, sur des toasts beurrés, avec du fromage blanc, avec du chèvre frais (petites boules pour l'apéritif), mélangé à du beurre pour steak, sur des pâtes (chaudes ou froides en salade), dans une mayonnaise, pour aromatiser un gratin, pour accompagner un carpaccio, pour parfumer une omelette, pour assaisonner un tartare de viande ou de poisson…

Vous pouvez faire une pâte à tartiner (ou à utiliser pour accompagner viande ou légumes crus ou cuits, ou pour garnir de petits feuilletés, ou pour les utilisations déjà mentionnées ci-dessus) : ajoutez alors un ou plusieurs des ingrédients suivants : poudre d'amandes, hachis de tomates séchées, olives vertes ou noires hachées, compote de fruits (pommes, fraises…), câpres, fromage sec genre parmesan, épices…

Pestos à ma manière

Ces présentations prêtes à l'emploi peuvent se consommer nature, à la petite cuillère pour les gourmands ! L'ail des ours a été travaillé avec amandes en poudre et citron : c'est l'ortillade. Pour les orties également précieuses pour la santé, elles sont déclinées en deux versions : avec olives noires ou avec tomates.

Chutney

Préparation salée/sucrée/vinaigrée ; le chutney mixé donne un ketchup. Le chutney s'utilise de la même manière. Il accompagne aussi un foie gras. Il peut s'utiliser comme les condiments au vinaigre ci-dessus…

Condiments au vinaigre

Graines ou boutons de fleurs : ail des ours, poireau sauvage, pissenlit… Légèrement pasteurisés, ils se gardent bien une fois ouverts grâce au vinaigre : pour une conservation optimale vous pouvez garder, après ouverture, les pots au frigo. S'agissant de vinaigre, surtout pour les boutons, il peut être rusé de les égoutter au préalable sur un sopalin. Vous les utilisez comme des câpres ou de petits cornichons, en fait, chaque fois que vous souhaitez donner un peu d'acidité tout en introduisant des nuances aromatiques supplémentaires.

Les mettre en valeur sur un toast avec du poisson fumé ou les incorporer dans des boules de chèvre frais. Dans une sauce gribiche, une marinade, une sauce ravigote, un tartare ; pour accompagner charcuteries, terrines, poissons (et pas que la raie et les joues de lotte), œufs mollets, aiguillettes de poulet, avocats, champignons crus en salade, etc.

Le concentré de vinaigrette aux fleurs de sureau : une c. à café pour aromatiser votre vinaigrette habituelle. Le lichen va surtout être recherché pour son aspect « dentelle » à mettre en valeur sur une tranche de poisson fumé, par exemple.

Poudres de plantes (pots de 200 ml)

Poudre de foin, fleurs de sureau, menthe crépue. S'utilise comme aromate, en guise de thym en poudre. A mélanger aussi à votre farine pour vos gâteaux ou pains à raison de 0.7 à 1 %. La plus étonnante reste la poudre de foin avec ses arômes miellés.

Autres aromates en poudre (pots de 110 ml)

Sont disponibles sous cette présentation : ail des ours et orties. Les saveurs sont moins vives qu'avec la version sel et huile mais apportent en revanche des nuances nouvelles et une commodité d'utilisation qui en font un complément incontournable des pestos et conserves au sel et huile.

Fleurs cristallisées ou nature

Roses. Pour la décoration de vos desserts, pour foie gras ou deux pétales dans le fond d'une flûte à champagne. Peu parfumé, à privilégier pour les couleurs.

Sureau. Pour aromatiser vos desserts grâce à ses arômes puissants.

Sucre fleuri. Mouiller le bord du verre avec du citron et tremper dans le sucre disposé sur une assiette. Egalement du plus bel effet sur desserts ou glaçages/nappages de gâteaux.

Ail des ours. Un ravissement pour gastronomes amateurs de sucré/salé. Quelques fleurs déposées délicatement sur un toast à l'ail des ours ou sur n'importe quel plat salé : filet depoisson par exemple.

Fleurs nature : bleuets. Pétales entiers, hachés ou réduits en poudre. Une pincée à mettre un peu à l'avance sur vos préparations salées ou sucrées.

Liqueurs

S'utilisent pures, en liqueur, pour parfumer un dessert, en Kir (ajouter dans du vin blanc ou rouge) ou pour améliorer une boisson chaude.

Une mention particulière pour mes trois préférés : foin, noix vertes et épices (hypocras ou arquebuse) ; sans oublier la confiture de vieux garçon obtenue en mettant tout les petits fruits de l'année au fur et à mesure de leur récolte dans un bocal avec sucre et alcool. Il en résulte aussi une excellente liqueur, douce et fruitée.

Apéritifs

Principalement les apéritifs autour de l'hypocras ou de l'arquebuse en jouant sur les épices et les plantes aromatiques.

Articles divers

La **rose de Jéricho**, incontournable pour fêter un Noël alsacien dans le respect de cette tradition séculaire : plante du désert, elle reprend vie en la mettant une nuit dans l'eau. Les **bouillottes** en noyaux de cerises permettent de bénéficier d'une douce chaleur restituée progressivement. Les **herbes à brûler** (armoise) et bien d'autres petites choses à découvrir.

Les ferments de **kéfir** de fruits et de **kombucha** sont également proposés avec mode d'emploi et tous les détails permettant de tirer profit de ces « probiotiques » précieux pour la santé de notre flore intestinale.

Sachets de **noix vertes confites**… et pour les fêtes de fin d'année, mélange **d'épices** bio pour faire vous-même votre **vin chaud** ! Autre mélange pour **spéculoos**, mais aussi pour aromatiser vos crêpes ou pâtisseries.

Comment choisir entre les produits : ail des ours et orties

Sel et huile. Les personnes qui cuisinent et aiment les saveurs typées privilégieront la formule sel/huile. Ce produit est salé et il s'utilise en quantité juste pour saler et avoir en prime les saveurs d'ail des ours (ou de fleurs de poireaux sauvages).

Pesto. Si vous souhaitez un produit prêt à manger « tel que » à la petite cuillère (en toast par ex.) la formule « pesto » conviendra. A base de poudre d'amande et de citron et complété pour l'ortillade, et selon le cas, par olives ou concentré de tomates.

Poudre. Cette présentation, moins parfumée, permet un usage très aisé et se conserve, bien sûr, plus facilement.

Au sujet de la conservation des produits

Il y a une date sous les pots, parfois sur l'étiquette : c'est la date limite d'utilisation optimale (DLUO) et non une date limite de consommation (DLC). Tous les produits se gardent à température ambiante. Les fleurs cristallisées, bien au sec et à l'abri de la lumière, moyennant quoi elles se gardent des années sans pâlir (les fleurs ont été choisies en conséquence).

Ceci dit, la question qui se pose :

Combien de temps peut-on garder les produits une fois ouverts ?

Produits « fines herbes sauvages » : ce sont des conserves au sel et à l'huile, sans cuisson : on peut ouvrir, se servir et refermer. Veiller simplement à ce qu'il ne reste pas de produit sur les parois, et qu'il y ait toujours un petit peu d'huile sur le dessus.

Condiments au vinaigre (boutons, graines) : légèrement pasteurisés, ils continuent de bien se garder une fois ouverts grâce à la présence du vinaigre. Pour une conservation optimale vous pouvez les garder au frigo, mais ce n'est pas indispensable.

Gelées et confitures, coulis de coquelicot ou d'orties : ces produits ont été pasteurisés : les garder impérativement au frigo après ouverture. Si une petite moisissure se formait (sans fermentation), il suffit de l'enlever, le produit ne s'étant probablement pas altéré de ce fait.